

CARA MEMAKAI PELITUP MUKA YANG BETUL

Oleh: Muhammad Ridhuan bin Che Kamkah, 1171235

Fakulti Pengajian Bahasa Utama (FPBU), Universiti Sains Islam Malaysia (USIM)

Disiarkan pada 17 July 2020



Dunia dikejutkan dengan gelombang kedua wabak COVID-19 yang kini merebak ke seluruh dunia dengan angka kematian yang terus meningkat setiap jam.

Seorang pakar dari Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), Seto Wing Hong telah tampil menerangkan cara yang betul untuk memakai pelitup muka.

Melalui video yang dikongsikan dalam laman Facebook Quicctake by Bloomberg, Wing Hong menunjukkan beberapa langkah penting yang perlu diambil berhubung pemakaian pelitup muka.

Langkah pertama, anda mestilah mempunyai pelitup muka yang betul. Jika anda memilih pelitup muka yang salah, maka anda berisiko untuk terdedah kepada wabak.

Sekiranya anda menggunakan pelitup muka jenis *do-it-yourself* (DIY) atau jenis kain yang dijahit, pastikan penggunaannya tidak melebihi 3 jam dan pastikan ia dibasuh dengan bersih dan dijemur sebelum dipakai semula.

Kajian yang dilakukan terhadap penggunaan pelitup muka jenis ini mendapati ia tidak mampu melindungi pemakainya dari jangkitan penyakit. Malah mungkin menyebabkan risiko jangkitan yang lebih tinggi.

Ini adalah kerana pelitup muka jenis kain DIY mempunyai tahap pengekalan kelembapan yang tinggi sekali gus menyebabkan kuman boleh berkumpul.

Pelitup muka jenis ini juga mungkin tercemar dengan kuman apabila dibuka, diletakkan di atas meja, di dalam poket atau beg sebelum dipakai. Namun, ia mampu menapis partikel pencemaran yang besar, cahaya matahari dan bau busuk dari persekitaran.

Pelitup muka yang disarankan oleh WHO adalah berwarna biru yang dikeluarkan oleh pihak klinikal. Menurut Wing Hong, "Ia berwarna biru di luar kerana ia kalis air dan ia mempunyai bahagian berwarna putih yang menyerap. Jadi jika saya batuk, ia akan menyerap."

Oleh itu, anda perlu memakainya dengan bahagian yang berwarna biru di luar manakala bahagian berwarna putih di dalam (menutup mulut).

Seterusnya, pastikan jalur di bahagian paling atas menutup bahagian hidung dan menarik bahagian bawah pelitup sehingga menutup dagu. Ini bagi mengelakkan pelitup terbuka ketika digunakan.

Cara membuang pelitup muka yang telah dipakai juga adalah sangat penting. Apabila anda memakai pelitup, anda harus sedar bahawa ia kotor. Jadi, jangan sentuh pelitup tersebut bila anda ingin mengalihkan atau membuangnya.

Kementerian Kesihatan Malaysia melalui portal Infosihat menjelaskan, pemakaian pelitup muka pembedahan atau pelitup muka tiga lapisan adalah disyorkan kerana ia membantu mengurangkan penyebaran virus dan lebih praktikal untuk digunakan oleh orang awam.

Ia berupaya menghalang orang lain daripada terdedah kepada titisan dan percikan air liur daripada individu yang memakai pelitup muka jenis ini.



Namun, penggunaan pelitup muka N95 adalah tidak disyorkan kerana ia lebih ketat dan boleh menyebabkan pemakainya sukar bernafas. Ia lebih sesuai digunakan oleh petugas yang mengendalikan pesakit di fasiliti kesihatan.

Sehubungan itu, pemilihan pelitup muka yang betul adalah sangat penting. Orang ramai juga diingatkan agar membasuh tangan selepas membuang pelitup muka yang telah dipakai bagi mengelakkan diri mereka daripada terdedah kepada virus.

Bagi yang masih mengalami masalah untuk mengikuti cara pemakaian pelitup muka yang betul, mereka boleh merujuk maklumat yang terdapat dalam laman Facebook Kementerian Kesihatan Malaysia dan Public Health Malaysia.